بیف بوٹی

اجزاء:

بیف بوٹی 1/2کلو

نمک..........حسب ذائقہ

پسی خشخاش ....2کھانے کے چمچے

پسازیرہ ....2کھانے کے چمچے

ادرک لہسن کاپیسٹ...1کھانے کا چمچہ

پیاز سلائس 2-3عدد

کٹے ٹماٹر 2عدد

پسی ہلدی ....1/2چائے کا چمچہ

کُٹی لال مرچ ....1چائے کا چمچہ

کٹی ہری مرچ 3-4عدد

پساگرم مصالحہ ....1چائے کا چمچہ

ہرا دھنیا .....گارنش کے لیے

ترکیب:

کلو بیف بوٹی کو 1کھانے کا چمچہ ادرک لہسن کاپیسٹ ،1/2 حسب ذائقہ نمک ، 2کھانے کے چمچے پسازیرہ اور 2کھانے کے چمچے پسی خشخاش سے میری نیٹ کرلیں ۔

ایک ہانڈی میں تیل گرم کرکے اس میں میری نیٹ کیاہوا گوشت اور کچھ پانی ڈال کرپکالیں ،یہاں تک کہ گوشت تقریبا ±تیار ہو جائے ۔اب اس میں 1/2چائے کا چمچہ پسی ہلدی، 1چائے کا چمچہ کُٹی لال مرچ ، 2-3عدد پیاز سلائس اور

4-3عددکٹی ہری مرچ سوتے شامل کرکے تیز آنچ پر پکائیں
،یہاں تک کہ پیاز گوشت میں مکس ہوجائے ۔

پھر اس میں 2عدد سلائس میںکٹے ٹماٹر بھی ڈالیں اور سوتے
کریں ، یہاں تک کہ تمام اجزاءاچھی طرح مکس ہوجائیں ۔

آخر میں گرم مصالحہ ڈال کر سرو کریں ۔

0307-8162003